

10月 October のこんだて

月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---

神無月のいわれ
 旧暦の10月は、全国の神様が出雲に集まって会議をするため、全国では「神様の無い月＝神無月」と呼ばれ、逆に山陰では「神様が在る月＝神在月」と呼ばれるようになったといわれています。また、「かんなづき」の「な」には「の」の意味もあることから、「神の月」として神様へのお祭りを行う月という意味もあるといわれています。いずれにせよ、10月は神様にまつわる特別な月になっているようです。

1



むぎごはん とうふ
麦御飯、豆腐スープ
 ふやさいにこ
ポトフ風野菜煮込み
パリパリサラダ

- 10月の旬の食材
- ・チンゲン菜
 - ・里芋
 - ・銀杏
 - ・人参
 - ・柿
 - ・栗
 - ・林檎

4	5	6	7	8	9
----------	----------	----------	----------	----------	----------

<p>ごもくごはん 五目御飯、わらび餅 イワシのつみれ汁 いわしハンバーグ</p>	<p>ごはん、ニラ玉スープ ポークチャップ フレンチサラダ</p>	<p>ごはん、なめこ味噌汁 魚の更紗焼き カリフラワーサラダ</p>	<p>ジャージャー麺 おにぎり、果物 わふう和風サラダ</p>	<p>むぎごはん 麦御飯、すまし汁 チキン南蛮 すもの酢のもの</p>	<p>パン、シチュー サラダ、タルト ジュース</p>
---	--	---	--	---	---

11	12	13	14	15	<p>特別メニューの日</p> <p>4日：イワシの日</p> <p>15日：きのこの日</p> <p>27日：セレクトの日</p> <p>29日：ハロウィン</p>
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---

<p>きぬがさどん 衣笠丼、すまし汁 サラダ、杏仁豆腐</p>	<p>ごはん、タイピーエン キャベツメンチカツ ゴマサラダ</p>	<p>ごはん、武者汁 鶏の醤油香り揚げ もずくの酢のもの</p>	<p>ごはん、レモン和え 卵豆腐のスープ 魚のムニエル</p>	<p>ごはん、サラダ 三種のきのこ味噌汁 わふう和風グラタン</p>	
--	--	---	--	---	--

18	19	20	21	22	23
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

<p>ごはん、だご汁 鶏肉のコーン焼き インゲンの胡麻和え</p>	<p>にく 肉うどん、おにぎり コリアンサラダ ゼリー</p>	<p>ごはん、玉子スープ 魚の塩焼き かぼちゃのそぼろ煮</p>	<p>シーフードカレー 野菜スープ 大豆のサラダ</p>	<p>かんこくふう 韓国風シーチキン丼 すまし汁、サラダ 大学芋</p>	<p>バーベキュー</p>
--	---	---	---	--	---------------

25	26	27	28	29	
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	--

<p>むぎごはん 麦御飯、オムレツ ハンペンのすまし汁 ポパイサラダ</p>	<p>ごはん、さつま汁 魚の胡麻マヨ焼き 白和え</p>	<p>(ナポリタンサンド or なす 茄子ポロネーゼサンド) コーンスープ、サラダ ゼリー、牛乳</p>	<p>タコライス 中華スープ サラダ</p>	<p>むぎごはん みそしる 麦御飯、味噌汁 カボチャのコロッケ ひよこ豆サラダ</p>	
--	---	--	---	---	--